

COMMISSIE AANGEPAST ROEIEN RIJNLAND

Informatie voor roeiers en begeleiders.

Het doel van de CARR is mensen met een fysieke of visuele beperking in staat te stellen te (leren) roeien.

De CARR probeert dit doel te bereiken met behulp van een groot aantal leden van Rijnland.

Bij de begeleiding zijn verschillende rollen te onderscheiden.

Instructeurs Zij leren de nieuwe roeier in de roeibak, op de ergometer en daarna in de boot de roeibeweging, signaleren problemen die door de handicap worden veroorzaakt en zoeken naar oplossingen daarvoor. Als de instructeur vindt dat de nieuwe roeier daartoe in staat is verzorgt hij, zo lang als nodig, de instructie in de boot met twee begeleiders. De instructeur informeert de begeleiders over zaken die bij de betreffende roeier speciale aandacht vragen.

Arts (lid van de vereniging) Samen met de voorzitter van de CARR en de aspirant-roeier houdt hij een intakegesprek waarbij besproken wordt of de roeiwens realistisch is. Hij geeft zo nodig aan met welke gezondheidsaspecten de roeier en de begeleiders rekening moeten houden.

Walkapiteins Zij hebben bij toerbeurt de algehele leiding over alles wat op de roeiochtend gebeurt. Zij zijn vraagbaak voor roeiers en begeleiders en helpen zonedig met het in- en uitstappen. De walkapitein die dienst heeft beslist of er wel of niet geroeid wordt en waarschuwt alle betrokkenen telefonisch als dat niet kan. (Er is een functieomschrijving walkapitein.)

Begeleiders Hun taken als stuur of roeier zijn:

- tijdig aanwezig zijn, d.w.z. een kwartier voor aanvang op het vlot, na de roeierskaart te hebben gelezen,
- boot klaarleggen met twee peddels en pikhaak,
- helpen met in en uit de boot gaan,
- zonedig helpen met aan- en uittrekken reddingsvest en eventuele hulpmiddelen,
- de begeleiders wordt aangeraden in de winter ook een reddingsvest te dragen,
- bij slecht zicht dragen de stuur en de boeg een fluorescerend vest,
- roeien of sturen,
- zonedig de roeier naar de sociëteit brengen,
- na het roeien reddingsvest en andere hulpmiddelen opruimen,
- boot schoonmaken en opruimen,
- als er niet geroeid wordt helpen met ergometeren,
- roeierskaart invullen en eventuele bijzonderheden met de mentor bespreken,
- bij verhindering voor vervanging zorgen en alle betrokkenen in een zo vroeg mogelijk stadium waarschuwen.

Mentoren Iedere nieuwe roeier krijgt een mentor bij wie hij terecht kan met vragen over de gang van zaken bij de CARR en in de vereniging. De mentor kan ook fungeren als vertrouwenspersoon voor de betreffende roeier. De nieuwe roeier en de mentor vullen samen met de instructeur na de snuffelperiode de roeierskaart in.

Het traject van een nieuwe roeier in de vereniging

- een geïnteresseerde komt kijken en beslist dan of hij wil gaan roeien,
- hij wordt door de voorzitter of de secretaris van de CARR geïnformeerd over de gang van zaken en over de te betalen contributie voor de snuffelperiode en, daarna, het lidmaatschap van de vereniging,
- kennismakingsperiode van maximaal drie weken, daarna
- intakegesprek met de arts en de voorzitter van de CARR, waarbij wordt besproken of de roeiwens realistisch is,
- de nieuwe roeier tekent een verklaring van bekendheid met de risico's van de roeisport
- snuffelperiode van drie maanden, waarin in de roeibak, op de ergometer en in de boot wordt geoefend,
- voor de snuffelperiode is de door het bestuur vastgestelde contributie verschuldigd,
- de snuffelperiode kan zowel door de roeier als door de vereniging op ieder moment beëindigd worden,
- aan het eind van de snuffelperiode kan de aspirant-roeier gewoon lid van de vereniging worden.

Opvang nieuwe begeleiders

Aspirant-begeleiders krijgen, indien gewenst, de mogelijkheid:

- een keer te komen kijken op een dinsdagochtend, en zo
- kennis te maken met de groep roeiers en begeleiders,
- een keer mee te varen.

Nieuwe begeleiders krijgen van een CARR-lid uitleg over de gang van zaken op de dinsdagochtend en over het gebruik van alle hulpmiddelen.

Er wordt informatie verstrekt over:

- het rooster en wat te doen bij verhindering,
- functie van de walkapitein, o.a. vraagbaak,
- functie van de mentor,
- uitleg over en gebruik van de roeierskaart,
- traject nieuwe roeier: kennismaking, intakegesprek, snuffelperiode etc.,
- omgang met roeiers, belangrijk: geduld, niet of weinig praten in de boot,
- veiligheidsaspecten bij het roeien,
- sociale functie van de dinsdagochtend.